

Утверждаю:  
Директор МКОУ «Заплавинская СОШ»  
Г.В.Кондратьева «22» сентября 2023г.

## МЕНЮ

на 22 сентября 2023г. МКОУ «Заплавинская СОШ» 7-11 лет

| Прием пищи, наименование блюда                | Масса порции | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|---|--------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г |                               |             |                  |
| <b>Завтрак</b>                                |              |                  |             |             |                               |             |                  |
| Каша молочная манная жидкая №311              | 200          | 5,5              | 6,8         | 33,6        | 242,1                         | 311         | 2004             |
| Кофейный напиток с молоком №692               | 200          | 2,5              | 3,6         | 28,7        | 152,0                         | 692         | 2004             |
| Хлеб пшеничный                                | 40           | 3,0              | 0,2         | 19,5        | 91,9                          | ТТК № 6     |                  |
| Фрукты свежие (яблоко) №338                   | 100          | 0,4              | 0,4         | 9,5         | 45,6                          | 338         | 2011             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                   | <b>540</b>   | <b>11,4</b>      | <b>11,0</b> | <b>91,3</b> | <b>531,6</b>                  |             |                  |
| <b>2-й Завтрак</b>                            |              |                  |             |             |                               |             |                  |
| Кондитерское изделие (пряник, вафли, печенье) | 30           | 1,8              | 1,0         | 22,5        | 109,0                         | ТТК №8,9,10 |                  |
| Чай с сахаром и лимоном №377                  | 200/15/7     | 0,3              | 0,0         | 15,2        | 60,0                          | 377         | 2011             |

Повар: Смирнова Е.В.

Ответственный за питание: Ягловская С.А.

Утверждаю:  
Директор МКОУ «Заплавинская СОШ»  
Г.В.Кондратьева «22» сентября 2023г.

## МЕНЮ

на 22 сентября 2023г. МКОУ «Заплавинская СОШ» 12-18 лет

| Прием пищи, наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|----------------------------------|--------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                  |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г |                               |             |                  |
| <b>Завтрак</b>                   |              |                  |             |             |                               |             |                  |
| Каша молочная манная жидкая №311 | 200          | 5,5              | 6,8         | 33,6        | 242,1                         | 311         | 2004             |
| Кофейный напиток с молоком №692  | 200          | 2,5              | 3,6         | 28,7        | 152,0                         | 692         | 2004             |
| Хлеб пшеничный                   | 40           | 3,0              | 0,2         | 19,5        | 91,9                          | ТТК № 6     |                  |
| Фрукты свежие (яблоко) №338      | 100          | 0,4              | 0,4         | 9,5         | 45,6                          | 338         | 2011             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>      | <b>540</b>   | <b>11,6</b>      | <b>11,0</b> | <b>91,3</b> | <b>531,6</b>                  |             |                  |

Повар: Смирнова Е.В.  
Ответственный за питание: Ягловская С.А.